

Kontakt Alzheimer Solothurn 062 212 00 80

Wir informieren und beraten Sie zu allen Fragen rund um Demenz

Montag
8.30 – 11 Uhr und 14 – 17 Uhr
Mittwoch und Donnerstag
8.30 – 11 Uhr

Auf alz.ch/so

finden Sie weiterführende Informationen, kostenlose Publikationen rund um Demenz sowie über Alzheimer Solothurn.

Selbstverständlich können Sie auch **Mitglied werden** – per Anruf oder online



Angehörigengruppen

Erzählen, zuhören,
sich unterstützen

Sind Sie als Angehöriger eines an Demenz erkrankten Menschen im Alltag oft mit Situationen konfrontiert, die nicht einfach zu bewältigen sind? Löst die Demenzerkrankung bei Ihnen Gefühle wie Verunsicherung, Wut und Angst aus? Oder fühlen Sie sich mit Ihrer Trauer über den langsamen, schleichenden Abschied manchmal alleine gelassen?

Angehörigengruppen

Erfahrungen austauschen und Kraft schöpfen

/ Hilfe und Bereicherung

In unseren Gesprächsgruppen treffen sich demenzbetroffene Angehörige zum gemeinsamen Austausch. Die Teilnahme an den Gruppentreffen kann helfen, die eigene Situation besser zu verstehen und mögliche Lösungswege zu erkennen. Die Gespräche mit anderen, die sich in einer ähnlichen Lage befinden, ermöglichen es aber auch, aus der Isolation auszubrechen und Kraft zu schöpfen. Die Erfahrung zu machen, dass man nicht alleine ist, wirkt ermutigend und tröstend.

/ Spezielle Gruppe für Angehörige von jungen Menschen mit Demenz

Eine unserer Gesprächsgruppen richtet sich speziell an Angehörige von jungen Menschen mit Demenz. Die Situation von Demenzkranken, welche noch im Erwerbsleben stehen unterscheidet sich in gewissen Punkten stark von der Situation

von älteren Menschen mit Demenz. Oftmals haben junge Menschen mit Demenz eine Familie mit schulpflichtigen Kindern. Mit der Erkrankung müssen die Rollen in der Familie neu verteilt werden. Dabei verändert sich die Beziehung grundlegend. Viele Jungbetroffene müssen sich zudem mit sozialversicherungs- und arbeitsrechtlichen Fragen auseinandersetzen.

/ Leitung mit Fachwissen und Erfahrung

Unsere Gesprächsgruppen werden von geschulten Fachkräften geleitet. Sie verfügen über besondere Eignungen und Qualifikationen wie Kenntnisse über die Demenzerkrankungen und ihre Folgen, Lebenserfahrung und Einfühlungsvermögen aber auch die Fähigkeit, Lebenssituationen und die Bedürfnisse von Angehörigen einschätzen zu können.

In der Gruppe lernte ich viel über die Krankheit. Im Umgang mit Bekannten, Freunden und Nachbarn und auch in finanzieller Hinsicht haben mir die Gespräche und das Austauschen mit anderen Angehörigen sehr viel geholfen. Es ist nicht einfach, mit allem, was auf einen zukommt, fertig zu werden. In der Gruppe spürt man, dass man nicht alleine ist.

Esther, Tochter

Informationen

/ Einer Angehörigengruppe beitreten

In der Regel besteht eine Gruppe aus 5 bis 10 Teilnehmenden. Die Treffen finden einmal pro Monat statt. Unsere Gruppen stehen allen Angehörigen von Menschen mit Demenz offen, nicht nur Partnern und Kindern, sondern auch Freunden oder Nachbarn, unabhängig davon, ob die Demenzkranken zu Hause betreut werden oder in einem Heim leben.

/ Erzählen und Zuhören – mit Respekt und Wertschätzung

Die Gruppentreffen finden in einer Atmosphäre der Solidarität, des Respekts und der Diskretion statt. Ob aktive Wortmeldungen oder stilles Zuhören, beides hat in der Gruppe Platz.

/ Kosten

Für Mitglieder von Alzheimer Solothurn ist die Teilnahme kostenlos. Nichtmitglieder bezahlen nach dreimaligem Schnuppern Fr. 20.- pro Treffen. Es ist jederzeit möglich eine Mitgliedschaft abzuschliessen (Mitgliederbeitrag Fr. 50.-/Jahr).

/ Auskunft und Anmeldung

Für Auskünfte und Anmeldungen wenden Sie sich direkt an die Angehörigengruppenleiterinnen/-leiter (die Kontaktangaben finden Sie in der Beilage) oder an unsere Geschäftsstelle:

Alzheimer Solothurn

Tel. 062 212 00 80
solothurn@alz.ch
www.alz.ch/so

Angehörigengruppen Alzheimer Solothurn

Kontakte

Balsthal

jeden ersten Montag im Monat
18.30 bis 20 Uhr
Demenzzentrum Lindenpark

Gina Kunst
062 200 63 00
gina.kunst@alterszentren-gaeu.ch

Olten

Gruppe 1

jeden ersten Montag im Monat
18.30 bis 20 Uhr
Vereinslokal Gemeinnütziger Frauenverein Olten, Hauptgasse 5

Franziska Büttler
079 881 36 55
franziska.buettler@praxiswissen-demenz.ch

Gruppe 2

jeden zweiten Montag im Monat
18.30 bis 20 Uhr
Vereinslokal Gemeinnütziger Frauenverein Olten, Hauptgasse 5

Ingrid Koufakis
079 486 37 49
koufakis.ingrid@bluewin.ch

Solothurn

jeden ersten Mittwoch im Monat

Gruppe 1

17.30 bis 19 Uhr

Gruppe 2

19.30 bis 21 Uhr

Gruppenraum Pro Senectute,
Hauptbahnhofstrasse 12

Ute Vrecko
079 102 30 90
y.v.vrecko@hotmail.ch

Gesprächsgruppe für Angehörige von jungen Menschen mit Demenz

jeden ersten Montag im Monat
19 bis 20.30 Uhr
Restaurant Akropolis

Flora Marti
032 377 13 62
ffmarti@bluewin.ch